Avant-propos

La masculinité s'exprime essentiellement par l'érection. Sans érection l'homme ne se sent pas complet. Pas entier. C'est le baromètre de sa santé, celui de son corps comme celui de son esprit. C'est la matérialisation de son élan vital. C'est aussi et surtout la signature de sa singularité. Il est un homme en devenir car il est muni d'un pénis qui s'érige et ceci très tôt. Dans le ventre de sa mère. Comme la respiration, les battements du cœur, l'érection est automatique, indépendante et souvent capricieuse, échappant presque complètement au contrôle de la volonté.

Avoir et garder une érection ferme et durable, tout au long de son existence, deviendra pour chaque homme, une préoccupation constante. Et la fonction et l'organe étant intimement liés, il gardera un œil attentif, scrupuleux et souvent inquiet sur son pénis : sa forme, ses dimensions, ses réactions aux éléments extérieurs. Incrédule et ignare de son fonctionnement, il enfouit le plus souvent en lui ses interrogations et ses défaillances, derrière le toujours vivace tabou sexuel. Or, aujourd'hui, on sait tout ou presque de l'érection et du fonctionnement du pénis. Le physique et le psychologique trouvent leur place dans un consensus de bon sens gommant les outrances passées en faveur de l'un ou de l'autre. Surtout pour les très nombreux hommes (plus de 30 %, tous âges confondus) qui souffrent de difficultés sexuelles, de ce que l'on ne veut plus appeler impuissance[1], la médecine offre des réponses positives, efficaces.

Ce livre est nourri de mon expérience de spécialiste, qui, depuis plus de 30 ans étudie la sexualité masculine. J'ai participé à des centaines de réunions et congrès sur le sujet, ai publié des dizaines d'articles et ouvrages[2] scientifiques ou de vulgarisation et surtout j'ai traité des milliers d'hommes, dans le centre dédié à cette spécialité et connu sous le nom de CETI[3] (figure 1). C'est tout cela que j'ai réuni en un manuel simple, à la portée de tous. Comment ça marche, pourquoi ça ne marche pas, comment on traite ou on répare. Les questions que l'on se pose et qui se posent. Bref, un mode d'emploi reflétant le quotidien de la démarche rationnelle du médecin, forte des acquis scientifiques, mais qui n'oublie jamais sa dimension affective. La technique au service de l'humaine nature.

---

1 Mais du néologisme « dysfonction érectile ».

2 On peut trouver les références des articles scientifiques validés par des revues internationales sur le site « pubmed » : www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed puis demander Virag R.

3 CETI acronyme de Centre d'Exploration et Traitement de l'Impuissance.



Figure 1 : Le logo de mon centre d’exploration et traitement des dysfonctions sexuelles avec son emblème la fleur de pavot d’où était extraite à l’origine la papavérine premier médicament injecté dans le pénis pour provoquer une érection

Qui dit mode d’emploi dit qu’une méthodologie précise a été élaborée pour évaluer le fonctionnement érectile puis envisager un traitement lorsqu’il s’avère nécessaire. Cette méthode est fondée sur l’absence d’a priori et le pragmatisme. D’abord l’écoute de celui qui consulte, puis les examens nécessaires enfin les conclusions et les conseils. C’est cette méthode qui est présentée ici, fondée sur la pratique de la mini injection intra caverneuse. J’en ai découvert les effets bénéfiques il y a plus de 30 ans. Pratiquement indolore, l’instillation de médicaments directement dans le pénis produit l’érection et permet son étude comme l’épreuve d’effort permet l’étude de l’état cardiaque. Elle sera utilisée, pour le diagnostic comme pour le traitement, à chaque fois que cela est nécessaire pour produire, renforcer ou prolonger l’érection. La mini injection intra caverneuse c’est le cœur de la méthode Virag pour traiter les insuffisances d’érection. Elle est au centre du dispositif sans être univoque. Certains en auront l’absolue nécessité, pour d’autres ce sera uniquement temporaire, et quand cela reste insuffisant, la mini injection intra caverneuse conduira, par l’évaluation qu’elle permet, à d’autres traitements efficaces.

Débarrasser l’homme de sa crainte de l’échec sexuel c’est lui redonner confiance pour chaque instant de sa vie. Non seulement intime, mais sa vie tout court. Sa relation aux autres, non seulement dans son affectif mais dans sa vie professionnelle, dans sa créativité, se trouve transformée. La réflexion habituelle des hommes que j’ai traités avec succès tout au long de ma carrière a été : « *Vous savez Docteur, vous avez transformé mon existence* » ou parfois plus gravement : « *Docteur, vous m’avez sauvé…* ».

Erection, mode d’emploi n’a pas d’autre ambition que d’offrir à ces lecteurs les fruits d’une expérience unique concrétisée dans une méthode fiable pour traiter l’ensemble des difficultés sexuelles masculines. Un message d’espoir pour chacun d’entre nous.

<u>1° Partie :</u> Comment ça marche l'érection ?

De quoi est fait cet accordéon unique dans le corps et que l'on affuble de tellement de noms. Comment fonctionne-t-il ? En particulier, pourquoi est-il si désobéissant comme s'il agissait indépendamment de notre volonté et parfois même de nos désirs ? Ce même constat qui faisait dire à un célèbre humoriste et dessinateur français : « *Mon pénis n'aime pas les mêmes femmes que moi* » ! Se trouve ainsi affirmé avec humour le caractère imprévisible du phénomène érectile. Nous respirons, notre cœur bat, notre système digestif fonctionne, et même nous urinons sans modification sensible des organes concernés. Ce n'est pas le cas de l'érection qui, elle, entraîne la transformation du pénis en verge. Métamorphose immédiatement perçue par notre cerveau mais également visible et donc accessible à l'entourage. On ne sait pas toujours pourquoi on bande mais ça se voit… Quels sont les éléments constitutifs d'un organe si spécifique à l'humain qu'il n'a pas son pareil, même chez les mammifères supérieurs[4] ? Comment peut-il atteindre une telle rigidité alors même que, contrairement à tous les autres animaux, il n'a pas d'os, en son sein ? En un mot, comment se produit une érection ? Par quels mécanismes se maintient-elle ?

Chapitre 1 - Le pénis humain, un organe unique !

L'évolution a fait de l'homme le seul véritable bipède. Et le seul mammifère dont l'organe reproducteur est dépourvu d'un squelette. Dans l'histoire de l'évolution, c'est sans doute à cause de la station debout qu'il a dû abandonner l'os qui assure la rigidité de tous les autres vertébrés. La position de ses organes génitaux étant devenue antérieure et très vulnérable lors des combats préhistoriques, il lui a fallu alors inventer l'organe complexe que l'on va décrire maintenant. Facile à protéger lorsqu'il est au repos, *flaccide*[5] ; d'une énorme rigidité lorsqu'il est en érection en raison du jeu de la pression sanguine sur une enveloppe épaisse appelée albuginée. Il est alors devenu ce qu'il est : souple et discret à l'état de repos, puissant et bien visible lorsqu'il doit exprimer son désir.

Aspect général

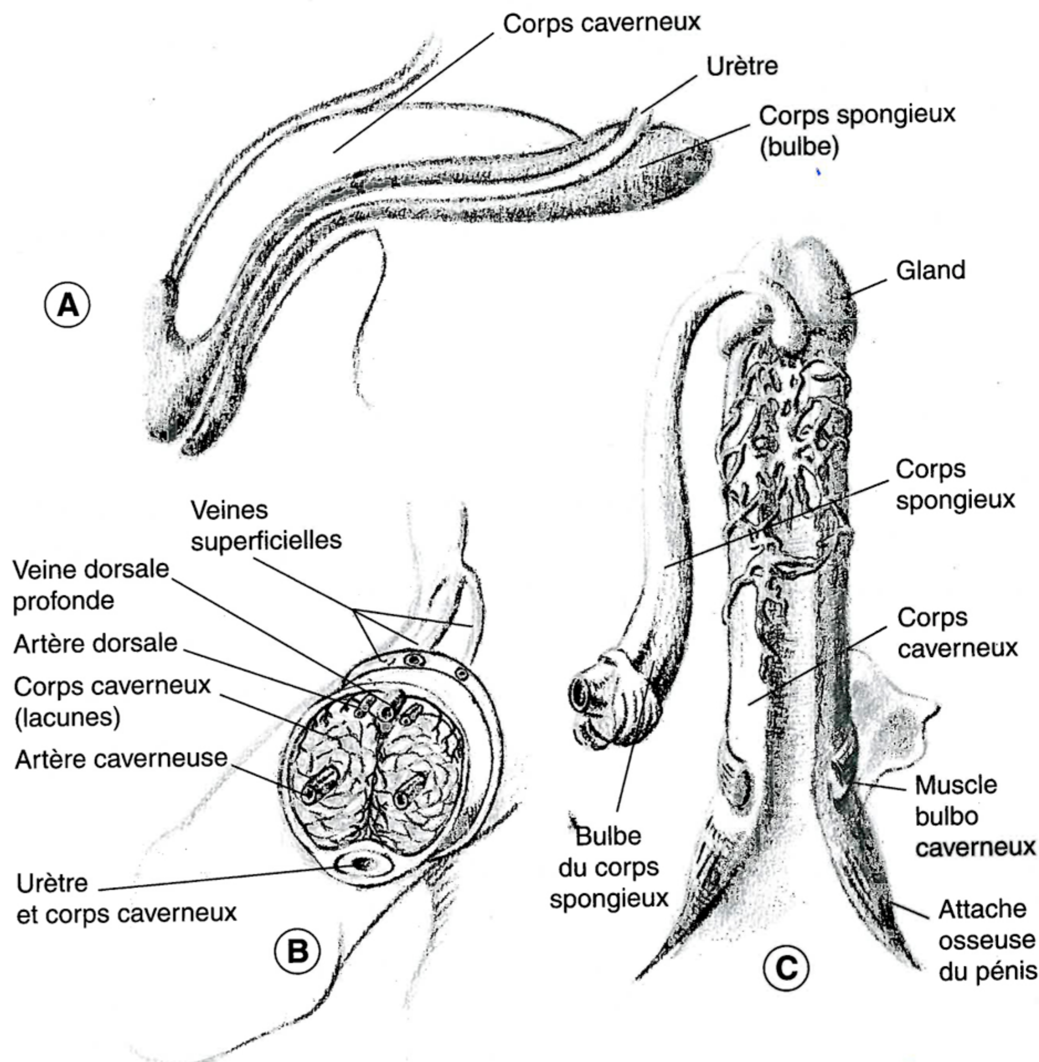
Le pénis est un organe composite en ce sens qu'il est fait de deux parties distinctes accolées, les corps caverneux d'une part et le corps spongieux entourant l'urètre et coiffé du gland d'autre part (figure 2 A et C). Les 2/3 du pénis sont extérieurs visibles, le tiers restant est enfoui sous l'arche pubienne et attaché solidement à lui pour permettre à la partie mobile de s'ériger : c'est l'érection. Sous l'arche pubienne en effet, les corps caverneux s'écartent pour s'attacher sur les deux branches osseuses que l'on nomme ischio pubiennes (figure 2-C). C'est sur ce relief osseux auquel le pénis est attaché par des ligaments et des muscles que la portion mobile va s'appuyer pour se redresser. Dans l'espace médian laissé par l'écartement des corps caverneux, le corps spongieux s'évase en un bulbe entouré d'un muscle qui se contractera lors de l'orgasme. Le sommet de ce bulbe est perforé par l'urètre qui vient de traverser la prostate placée sous la vessie, avant de progresser jusqu'à l'extrémité du gland. Le pénis assure ainsi une double activité : uriner lorsque le pénis est flaccide, éjaculer lorsque la verge est rigide. L'organe est recouvert d'une peau relativement épaisse et très élastique pour mieux se tendre lors de l'érection. A son extrémité, un repli épais, le prépuce,

---

4 L'évolution, en faisant disparaître l'os pénien, a rendu très complexe le pénis humain.

5 La coquille de ceux qui pratiquent des sports de combat est le lointain successeur des étuis péniens protecteurs que l'on peut voir dans certaines peuplades primitives (Nouvelle-Guinée).

recouvre et protège le gland qui reste humide en permanence, comme logé dans un étui. Il coulissera facilement lors de l'érection pour laisser le gland se découvrir. Chez de nombreux hommes, le prépuce a été enlevé peu après la naissance ou dans la petite enfance, pour des raisons religieuses, culturelles ou dans un souci d'hygiène. Chez ces hommes circoncis, le gland est découvert en permanence. Il est plus sec et moins sensible.



<u>Figure 2 :</u> Structure générale du pénis : en A, coupe schématique de profil ; en B, coupe transversale ; en C, vue inférieure montrant la séparation du corps spongieux entourant l'urètre et se terminant par le gland et les deux corps caverneux dont la base est attachée sur le pubis

La question d'une différence vis-à-vis du ressenti sexuel entre ces deux dispositions anatomiques fait toujours débat. Il n'a jamais été démontré en effet que la circoncision privait celui à qui elle avait été pratiquée d'une quelconque possibilité sexuelle. En tout cas certainement pas au niveau de la qualité de l'érection[6].

Découvert, le gland a l'aspect d'un chapeau asymétrique, fendu à l'arrière. Il est rattaché au pénis par un mince filet de peau plus épaisse que l'on appelle *frein*. Parfois trop court, il peut se déchirer lors des premiers rapports sexuels. C'est impressionnant et sans gravité. Lors de l'érection le gland

6 Urologe A. 2013 Jan 31. Male circumcision is not associated with an increased prevalence of erectile dysfunction : Results of the Cottbus 10,000-men survey.

tendu par les corps caverneux extrêmement rigide se gonfle mais garde une certaine souplesse. L'hypersensibilité parfois un peu douloureuse des glands avec prépuce disparait lors de l'érection avec la tension du désir sexuel. « Le gland devient alors l'épicentre des stimuli qui conduiront à l'orgasme[7] ». A l'endroit où le pénis est attaché au reste du corps la peau s'évase vers le bas pour créer un sac- le scrotum- qui contient les deux testicules. La peau du pénis est imberbe alors que sa base est poilue tout comme le scrotum. Si l'on tire délicatement sur l'organe et qu'on le plaque sur l'abdomen, on voit un repli cutané attachant plus ou moins étroitement le sac scrotal et le pénis lui-même. Une ligne verticale plus sombre marque la réunion des ébauches embryologiques différentes lors de la formation de l'organe. L'ensemble de la peau recouvrant les organes sexuels masculins est d'une grande élasticité. Elle peut ainsi assumer les fréquentes variations de dimensions au repos comme en érection.

7 R.Virag Le Sexe de l'Homme (Nouvelle édition) Albin Michel p 49.